

# CURRICULUM VITAE: ANDREA DI CASTRO

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

---

- 2014** Attestato TEC- Tecnico Ergonomo Ciclismo 1° Livello Italian Cycling School
- 2013** Attestato di qualifica Dartifish –VideoAnalisi presso la Scuola dello Sport, Roma
- 2011** 30 settimane di corso di Inglese presso la Scuola ES San Diego California, USA con certificazione TOEFL e voto 81.
- 2010** Laurea Specialistica in Scienza e Tecnica dello Sport presso l'Università degli Studi di Roma Foro Italico. Tesi su “*Monitoraggio del carico di allenamento nel triatleta élite*”.
- Diploma di Istruttore Personal Trainer 2° livello F.I.P.C.F.
- Diploma di Allenatore di Triathlon F.I.T.R.I. Tesi su “*Ricadute Applicative della 1°Transizione*”.
- 2009** Diploma di Istruttore di Nuoto 1°Livello F.I.N.
- Attestato di Partecipazione al Corso di “Progettazione e Gestione della Ricerca applicata allo Sport” presso la Scuola dello Sport di Roma, CONI Servizi S.p.a.
- Attestato di Partecipazione al Convegno “La valutazione da campo della prestazione giovanile” presso la Scuola dello Sport di Roma, CONI Servizi S.p.a.
- 2008** Diploma di Master in Posturologia presso l'Università La Sapienza I° Facoltà Medicina e Chirurgia, Dipartimento di Neurologia e ORL. Tesi su “*La soletta propriocettiva nello sport: Riprogrammazione posturale del calciatore con valutazione baropodo-stabilometrica*”.
- 2007** Laurea Triennale in Scienze Motorie presso l' “Università degli Studi di L'Aquila” con tesi su “*Aspetti Metabolici e Metodologici nella preparazione del triatleta*”.
- Vincitore Borsa Erasmus con destinazione Barcellona, presso l' “Universitat de Barcelona” per il seguente periodo:Marzo-Giugno.
- 2004-07** Partecipazione ai diversi convegni organizzati dall'Università degli Studi di L'Aquila in ambito della Metodologia dell'Allenamento Sportivo.
- 2006** Vincitore Borsa di collaborazione part-time per attività di supporto didattico in materia di Anatomia Funzionale presso il Dipartimento di Anatomia Umana della Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università degli Studi di L'Aquila.
- 2005** Attestato di Educatore Sportivo rilasciato presso il Comitato Regionale di Abruzzo.
- 2004** Diploma di Ragioneria IGEA presso l' ITCG P. Toscanelli, Ostia Lido (RM).

## ESPERIENZE PROFESSIONALI

---

- 2015** *Responsabile del Centro Studi e Ricerche FITRI*
- 2014 - In corso** *Collaboratore presso l'Istituto di Medicina e Scienza dello Sport, CONI*
- 2013-In corso** *Relatore presso il Corso di Formazione Tecnici IV Livello Europeo, CONI*
- 2013- In corso** Allenatore di Triathlon settore Master presso l'associazione sportiva IronTeam
- 2013- 2014** Collaboratore presso il Centro Studi e Ricerche F.I.T.R.I
- 2012 in corso** Relatore e Supervisore presso i Corsi di Formazione e di Aggiornamento FITRI
- 2011-In corso** Collaboratore per attività seminariali sul modulo Triathlon, presso l'Università degli studi di Roma "Foro Italico".
- 2008- 2014** Allenatore di Triathlon presso la società sportiva "Roma Triathlon "
- Scuola Triathlon Kids: Età-7-16 anni
  - Atleti Master specialità IronaMan: età 30-55 anni
- 2008- 2010** Istruttore Scuola Nuoto in diversi centri sportivi di Roma.
- 2007-2008** Educatore Sportivo nelle classi primarie presso la Scuola "Mar dei Caraibi", Ostia Lido, RM.

## **CAPACITA' E COMPETENZE PERSONALI**

---

- Conoscenza degli applicativi Microsoft e del Pacchetto Office per presentazioni ed impaginazione articoli.
- Conoscenza Linguistiche: Livello europeo(\*)

<b>LINGUA</b>	<b>COMPRENSIONE</b>	<b>PARLATO</b>	<b>SCRITTO</b>
<b>Spagnolo</b>	A2	A2	A2
<b>Catalano</b>	A2	A2	A2
<b>Inglese</b>	B2	B2	B2

(\*)secondo il quadro comune di riferimento europeo:

- Atleta di Triathlon e di Aquathlon all'attivo dal 2005 nelle distanza sprint e olimpico. Migliori piazzamenti Italiani:  
3° Categoria S1 Campionati italiani di Aquathlon. Settembre 2008, Porto Torres, Sardegna,  
10° Assoluto Gara Rank sulla distanza olimpica, Triathlon di Ostia. Maggio 2009.

## **PUBBLICAZIONI SCIENTIFICHE**

**2015**

Pacing strategy, mood and hormonal response in youth athletes during official triathlon and duathlon competitions. Piacentini , M.F, Comotto S, Cibelli G, Di Castro A. 20th ECSS Congress 24-27 June 2015 Malmö/SWE

Oxygen Uptake Efficiency Slope (oues): A New Index Of Performance Evaluation?" , Di Castro A. Demarie S., Minganti C., Gallozzi C., Tamburri R' Gianfelici A.American College of Sports Medicine (ACSM) Medicine and Science in Sports and Exercise

#### **2014**

Modulation of training load in young triathletes" Andrea Di Castro, Manuel Fusacchia, Alessandro Bottoni, Maria Francesca Piacentini *Sport Sciences for Health* Vol.10-4-2014.

Allenamento a Circuito ad Alta Potenza e Crossfit "Gallozzi C., Gianfelici A., Vullo M. Strength and Conditioning N.10-2014.

Epidemiologia degli infortuni nel badminton giovanile.Gianfelici A. Di Castro A., Vullo M., Cirami I. Congresso Nazionale della Federazione Medico-Sportiva Italiana XXXIV.

Il Triathlon Gianfelici A., Di Castro A., Tamburri R., Comotto S., Briganti C., Fabiano., Bomprezzi A., Bottoni A., Slavati A., Bianchini L. Edizione Minerva Medica. Med Sport-2673 Giugno;67(2).

#### **2011**

The possibility to monitor peak performance with an online training diary: a case study..Piacentini MF, Di Castro A, Meeusen R. 16th ECSS Congress Liverpool.